

**ЛЕЧЕНИЕ ТРАВАМИ
БОЛЕЗНЕЙ ЖЕЛУДКА
И КИШЕЧНИКА**

УДК 613.2
ББК 51.204.1

Лечение травами болезней желудка и кишечника / — М. :
Т8 Издательские технологии / RUGRAM, 2019. — 192 с. —
(Здоровая жизнь).

Фитотерапия незаменима при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, а также для профилактики этих болезней. Лечение травами практически не дает побочных эффектов и может с успехом применяться в течение длительного времени. На протяжении всего существования человеческой цивилизации опыт применения этих природных лекарств суммировался и отшлифовывался поколениями врачей. Самые действенные и эффективные рецепты заняли свое достойное место в научной медицине.

BIC MX
BISAC MED001000

Содержание

Введение	5
Фитотерапия при заболеваниях	
желудочно-кишечного тракта	7
Растения, содержащие вяжущие и противовоспалительные вещества	19
Растения, содержащие желчегонные вещества	40
Растения, содержащие обволакивающие вещества	54
Растения, содержащие кровоостанавливающие вещества	61
Растения, содержащие горечи и возбуждающие аппетит	80
Растения, оказывающие слабительное действие	96
Сборы, применяемые при лечении заболеваний желудка	108
Сборы, применяемые при заболеваниях печени и желчевыводящих путей	128
Особенности применения лекарственных растений	147

Лечение травами болезней желудка и кишечника

Диета, виды лечебных столов	153
Режим питания	158
Диета № 1	158
Диета № 1А	161
Диета № 1Б	162
Диета № 2	164
Диета № 3	166
Диета № 4	168
Диета № 4Б	169
Диета № 4В	171
Диета № 5	172
Диета № 5А	174
Диета № 5П	176
Лечебное питание, рекомендуемое при различных заболеваниях пищеварительной системы	178
Минеральная вода и курорты	189

Введение

Заболевания желудочно-кишечного тракта — одни из самых распространенных в наше время. Почти каждый человек хотя бы однажды сталкивался с этой проблемой. Так, хроническим гастритом страдает более половины взрослого трудоспособного населения развитых стран. Болезни желудка и кишечника — это не просто боли и другие неприятные ощущения. От нормальной работы органов пищеварения зависит не только самочувствие, но и правильное функционирование всех других органов и систем.

Современный темп жизни зачастую не позволяет нам уделять достаточно времени своему здоровью. Мы обедаем на бегу, а наша пища порой состоит из одних хот-догов, гамбургеров и кока-колы. Задумываться о своем здоровье многие начинают лишь после того, как болезнь во всеуслышание заявит о себе.

В арсенале современной медицины большой выбор различных лекарств для лечения желудочно-кишечных заболеваний.

Но, применяя новейшие достижения медицины, не стоит забывать и о методах, которыми на протяжении веков пользовались наши предки. Одним из них является фитотерапия, которая незаменима при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, а также для профилактики

Лечение травами болезней желудка и кишечника

этих болезней. Лечение травами практически не дает побочных эффектов и может с успехом применяться в течение длительного времени.

Другой источник природных лечебных веществ — это минеральные воды. Они имеют различный химический состав, но в любой из них есть окись углерода.

Наши предки с удовольствием использовали минеральные воды для лечения и оздоровления организма. В современной медицине они также широко применяются. Установлено, что их регулярный прием приводит к улучшению кровоснабжения, стимуляции обменных процессов в слизистой ЖКТ, нормализации секреторной функции (увеличивается количество вырабатываемых ферментов и повышается их активность).

Совокупность природных лечебных факторов используется на курортах, где с благоприятными экологическими условиями, способствующими оздоровлению, имеются и лечебные факторы.

Фитотерапия при заболеваниях желудочно-кишечного тракта

Лекарственные растения прочно вошли в арсенал медицины. Человечество использовало их издавна, и на сегодняшний день фитотерапия является серьезным методом лечения, в том числе и заболеваний ЖКТ. Лекарственные растения прошли испытания временем и достойно выдержали конкуренцию с химическими препаратами, выпускаемыми фармацевтической промышленностью. Применяя комплексно обе группы препаратов, можно добиться действительно выраженного и долгосрочного эффекта. Интерес к лекарственным растениям не только не убывает, а, наоборот, растет.

Растения применяют в виде лекарственного сырья для приготовления настоев, настоек, отваров и других форм. Они являются также источником для получения разнообразных веществ, которые входят в состав препаратов, выпускаемых фармацевтической промышленностью. Из растений получают до 30% лекарственных препаратов.

Действующие вещества (витамины, алкалоиды и многие другие) содержатся в растениях в определенных соотношениях. Соотношения эти были выработаны в процессе развития конкретного вида растения под влиянием определенных условий окружающей среды и во взаимодействии с ней. Это натуральные компоненты, созданные

самой природой. Поэтому для человека, который является также частью экосистемы, частью природы, такие компоненты более близки генетически, нежели искусственно созданные, синтезированные отдельно друг от друга, вещества.

Отмечено, что комплекс веществ, содержащихся в растении, оказывает несколько иное действие, чем те же вещества, взятые отдельно. Введенные в организм порознь друг от друга, они никогда не дадут того эффекта, который получают, используя непосредственно растение.

Перечень растений, которые применяют при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта, достаточно широк. Без некоторых из них трудно обойтись. Одним из плюсов фитотерапии является ее доступность для всех. Каждый может использовать лекарственные растения, так как они находятся в окружающей нас природе. В отличие от медикаментозных препаратов фитотерапия дает гораздо меньше побочных эффектов при более мягком действии и возможности длительного применения. Однако необходимо помнить, что растения — это тоже лекарство, которое нужно применять по назначению и под контролем врача. Чем более выражен лечебный эффект от приема препарата, тем большую осторожность необходимо применять при его употреблении. Некоторые из растений при неправильном использовании могут вызывать отравление у человека и животных.

Растение представляет собой уникальный организм, в котором происходят многообразные процессы образования химических веществ. Кроме того, растения за время своей жизни накапливают энергию, которую мы сами можем направить в нужное русло: для исцеления от определенных заболеваний. Именно поэтому лекарственные

растения заняли достойное место среди препаратов, используемых современной медициной.

В своей жизни человек встречается со многими патогенными (опасными для здоровья) факторами — от мельчайших грибков и вирусов, которых можно увидеть лишь с помощью специальных приборов, до гораздо более крупных (укусы змей и ядовитых животных, травмы, раны и др.). Для защиты от этих опасностей человек может использовать то, что дала ему сама природа.

1. Эндогенные (внутренние) защитные механизмы, которые работают внутри организма при участии нервной, эндокринной и других сложнейших биохимических и физиологических систем. Наибольшее участие в этих процессах принимает система иммунитета, которая реагирует на неполадки в работе организма выработкой специфических антител к патогенам и включением неспецифических механизмов. Все жидкости и ткани организма (от слюны до желудочного сока) кроме своего основного физиологического назначения выполняют защитную функцию. Это является ярким примером многообразных форм связей нашего организма с окружающей природой.

2. Защитные свойства целебных веществ, образующихся в разных растениях, фруктах, ягодах и овощах. К ним относится более 1000 биологически активных компонентов, имеющих самую разнообразную природу.

Каждая клетка, каждый орган нашего организма является чувствительным к действию биологически активных веществ природного происхождения. На каждую болезнь, каждый недуг в растительном мире существуют лекарственные вещества.

Человек с каждым годом все больше убеждается в том, что в самой природе находится решение многих проблем,

связанных не только с возникновением отдельных заболеваний, но и с лекарственной терапией. Ученые пристально изучают растительный мир и его тайны. Кропотливый труд химиков, фармакологов и специалистов других отраслей медицины, вооруженных современной научной техникой, может полнее раскрыть лечебные свойства десятков растений, которые еще не входят в ряд лекарственных.

И природа постепенно открывает нам свои тайны. Разработанные и широко применяемые в мировой медицине сотни растительных лекарственных препаратов являются достаточно убедительным примером того, что решение многих проблем, связанных с лечением и профилактикой трудноизлечимых заболеваний, необходимо искать в самой природе. В настоящее время усилия многих опытных специалистов-фармакологов направлены на изучение растительного мира с целью создания новых, более эффективных лекарственных препаратов.

Фитотерапия или лечение травами — древняя наука, которая сочетает в себе тысячелетний опыт древней традиционной и народной медицины разных стран с достижениями современной медицины. Ее еще называют кладовой здоровья или богатейшим многовековым опытом. И это не случайно. Ведь в прошлом самые лучшие умы и корифеи медицины за много лет до Гиппократов и великого Авиценны и после них занимались фитотерапией. В какой-то степени она представляет собой еще и величественную реликвию эпох и времен.

Жизнь человека теснейшим образом связана с растительным миром. В ходе своего эволюционного развития организм человека надежно приспособлялся к белкам, углеводам, жирам и самым разнообразным биологически активным веществам (витаминам, макро- и микроэlemen-